

HAAPAJÄRVI PÄIVÄKODIN RUOKALISTA

KEVÄT 2024



vk 1 viikot 4,10,16

	Aamupala	Lounas	Välipala
Ma	Hiutalevelli Porkkanapalkki	Keltainen kanakeitto Moniviljaruutu paprikasuikale	Ruisleipä Kananmuna Hedelmä
Ti	Kaurahiutalepuuro Tuorekurkkusiivu	Lihapyörykkäkastike Perunat Porkkanaraaste	Kaakaokiisseli Leikkele Hedelmä
Ke	4-viljanhiutalepuuro Päärynäsose	Tonnikalapasta Punajuuri-omenasalaatti	Kuningatarkiisseli Tuorepala
To	Ruishiutalepuuro Tuorepala	Palvilapakiusaus Rapea-kurkku-retiisi- salaatti	Hedelmäinen - vispipuuro Tuorepala
Pe	Täysjyvämurot Tuorepala	Jauheliyhakeitto Ruisleipä Tomaatti	Jogurtti(ei lisättyä sokeria) Hapankorppu Hedelmä
La			
Su			

vk 2 viikot 5,11,17

	Aamupala	Lounas	Välipala
Ma	Kaurahiutalepuuro Tuoremehu	Broilerikiusaus Rapea-mandariinisalaatti	karjalanpiirakka Kananmuna/munavoi Hedelmä
Ti	Helmipuuro Mehukeitto Tuorepala	Jauheliyhakeitto Spagetti/perunat Kreikkalainen salaatti	Graham-mustikkapuuro Hedelmä
Ke	4-viljanhiutalepuuro Juurespala	Kalapatat Perunasose Punajuuri-omenasalaatti Raejuusto	Aurinkokiisseli Hedelmä
To	Ruishiutalepuuro Persikkasose	Jauheliyhapuikko Kermaperunat porkkana-ananassalaatti	Sämpylä/patonki Leikkele Hedelmä
Pe	Maustamaton jogurtti Mysli Tuorepala	Minestronekeitto Kauraleipä Tuorekurkku	Hedelmäsmoothie Hapankorppu Tuorepala
La			
Su			

vk 3 viikot 6,12,18

	Aamupala	Lounas	Välipala
Ma	Hiutalevelli Tuoremehu	Kalakeitto Ruisruutu Herkkukurkku	Marjat Pehmeäleipä
Ti	Kaurahiutalepuuro minitomaatti	Broileria sitruunakastikkeessa Riisi/peruna Salaatti	Maitokiisseli, marjasose
Ke	4-viljanhiutalepuuro Tuorekurkkuviipale	spagettiinivuoka Porkkanaraaste	Mangokiisseli Tuorepala
To	Ruishiutalepuuro Tuorepala	Makkarapihvi/uunimakkara Perunasose Rapea-retiisi-cantaloupesalaatti	Sydänsämpylä Juusto/ leikkele Hedelmä
Pe	Vehnähiutalepuuro Tuorepala	Texmex-jauheliuhakiusaus Rapea-retiisi-cantaloupesalaatti	Viili Hedelmä
La			
Su			

vk 4 viikot 7,13,19

	Aamupala	Lounas	Välipala
Ma	Kaurahiutalepuuro Tuoremehu	Juusto-jauheliuhaperunalaatikko Rapea-persikkasalaatti	Karjalanpiirakka Hedelmä
Ti	Mannapuuro Marjasose	Lihakeitto Sämpylä Paprika	Patonki, salaatti, kurkku
Ke	4-viljanhiutalepuuro Kurkkupalkki	Makkarakastike Perunat Porkkana-lantturaaste	Marjarahka Tuorepala
To	Ruishiutalepuuro Tuoremehu	Taco-broilerilasagnette Salaatti	Päärynäkiisseli Leikkele
Pe	Täysjyvämurot Tuorepala	Lohikeitto Ruisleipä Tuorekurkkuviipale	Jogurtti(ei lisättyä sokeria) Hapankorppu Hedelmä
La			
Su			

vk 5 viikot 8,14,20

	Aamupala	Lounas	Välipala
Ma	Hiutalevelli Mustikat	Makkarakeitto Rieska Tomaattiviipaleet	Porkkanariisipiirakka Tuorepala
Ti	Kaurahiutalepuuro Päärynäsose	Makaronilaatikko Porkkanaraaste	Vispipuuro Tuorepala
Ke	Ruishiutalepuuro Tuoremehu	Uunikalaa kastikkeessa Perunat Punajuuri-omenasalaatti	Hedelmäsalaatti Leikkele
To	Vehnähiutalepuuro Tuorekurkkuviipale	Kanapyörykät/-puikot Perunasose kaali-porkkanaraaste	Mansikkakiisseli Tuorepala
Pe	4-viljanhiutalepuuro Tuorepala	Nakki-Pekonistroganoff Perunat Salaatti	Viili Hedelmä/tuorepala
La			
su			

vk 6 viikot 9,15,21

	Aamupala	Lounas	Välipala
Ma	Kaurahiutalepuuro Tuoremehu	Pyttipannu/Merimiespihvi- vuoka Rapea-ananassalaatti	Pinaatti/porkkanaohukaiset Puolukkasose
Ti	Helmipuuro Tuorepala	Kalkkuna-kasviskastike Riisi/perunat Salaatti	Ruusunmarjakiisseli Leikkele Tuorepala
Ke	4-viljanhiutalepuuro Persikkasose	Kasvissosekeitto Rieska, Kurkkuviipale	Play kaakao Pikkupulla
To	Ruishiutalepuuro Tuorekurkkuviipale	Lindströminpihvit/ Jauhelihapihvit Perunasose Porkkanaraaste	Rahka talon tapaan Tuorepala
Pe	Vehnähiutalepuuro Tuorepala	Cappelli-kanavuoka salaatti	Marjasmoothie Hapankorppu
La			
Su			

Joka aterialla tarjotaan näkkileipää/pehmeää leipää, kasvipohjainen kevytlevite.

Ruokajuomaksi maitoa,piimää ja vettä